بسم الله الرحمن الرحيم

توجيهات عملية للأمهات للتعامل مع المراهقات

الأم الفاضلة ، أغلب الفتيات تحدث بينهن وبين أمهاتهن في سن المراهقة اختلاف في وجهات النظر الأمر الذي يؤدي إما أن تعكف الفتاةُ على نفسها وتصبح انطوائية ، أو تتعرف على صديقاتِ السوء!! وتفاجأ الأم بسلوكيات غريبة نوعًا ما ، فتسمع منها جملًا غير مرغوبة مثل: لا أقتنع بهذا ، ولا يعجبني فعل كذا ، أو أنا حرة ، أو شيء يخصني وحدي ، وغيرها من السلوكيات التي تثير قلق الأمهات ، وتذهب بهن الظنون في بناتهن ، وأنها ربما تعرفت على رفقة سوء ، أو ربما أثر فيها بعضهم ، في حين أن الفتاة ترى أنها أصبحت ناضجة ويجب أن تُعامَل من قبل جميع أفراد العائلة كمعاملة الكبار ، فتظن أنه يجب طاعة أوامرها من إخوتها الصغار تماما كما كانت هي تطيع أمها ، وأيضا يجب أن تعاملها الأمُّ معاملةً مختلفة وكذلك الأبُ ، فلا تقبل الأوامر كما كانت تقبلها من قبل ، ولا تفضل طرق الوعظ التي تعتبرها خاصة بالصغار ، ولا تناسب امرأة ناضجة مثلها ، كما تعتقد .

نصائح للأمهات للتعامل مع الفتيات في سن المراهقة

١- كلفيها ببعض المهام لتؤديها للثقة فيها وفي قدراتها ، وعلميها الأمور الشرعية كالاغتسال ، وكيفية التطهر ، سواء من الدورة الشهرية أو من الإفرازات .

٢- وابتعدي عن مواجهتها بأخطائها ، وأقيمي علاقات وطيدة معها ، وأسري لها بملاحظاتك ولا تنصحيها على الملأ ، واكتفي باستخدام سلطتك في المنع على الأخطاء التي لا يمكن السكوت عنها ، واستعيني بالله وادعي لها كثيرًا ، ولا تدعي عليها مطلقًا ، و تذكري أن الزمن جزء من العلاج .

٣- اجلسي وتحاوري معها لتفهمي كيف تفكر ، وماذا تحب من الأمور وماذا تكره؟ ، واحذري أن تعامليها كأنها ندٍ لك ولا تقارني نفسك بها ، وأنصتي لملاحظاتها ، وإذا انتقدت فانتقدي تصرفاتها ولا تنتقديها .

احتياجات المراهقة لتجتاز فترة المراهقة بسلام:

١- ينبغي لكل أمّ أن تغرس في ابنتها الثقةَ في أن الإسلام ناصرُ المرأة ، فهو الذي حررها من رق الجاهلية ، وتعلمها أحاديث الرسول ﷺ في فضل تربية البنات ، فمن ربى بناته على طاعة الله ورسوله وصبر على صعوبة تربيتهن ، يدخل في قول رَسُولِ اللهِ ﷺ: «**مَنْ ابْتُلِيَ بِشَيْءٍ مِنْ هَذِهِ البَنَاتِ كُنَّ لَهُ سِتْرًا مِنَ النَّارِ**» (أخرجه الترمذي وصححه الألباني) .

٢- تحاول الأم الوصول إلى قلب ابنتها ، فتخبرها دائما أنها محل ثقتها ، وأنها تأمُل فيها آمالا طيبة ، وغير ذلك من الكلمات التشجيعية التي تسعدها وتزيد من ثقتها في نفسها .

٣- يجب على الأمهات أن تكثر من ضم ابنتها إلى صدرها بحنان وعطف ، ولا تسمعها من الكلمات الطيبة ، وتشعرها بالأمن والحب وأن لها في قلبها نصيب كبير .

٤- ينبغي على الأم الثناء على حسن اختيار بنتها وحسن تنظيمها ثم بأسلوب لين طيب تخبرها على سبيل الاقتراح: ما رأيك لو غيرنا هذا إلى غيره؟ فقد يراه الناس أفضل وستكونين في مظهر أجمل ، وأكثري من أخذ رأيها ؛ مثلًا في اختيار لون ملابسكِ أو في تنسيق البيت أو غير ذلك .

٥- لا مانع من تكليف الفتاة التي تحب تحمل المسؤولية ببعض الأعمال فإن هذا يسعدها كثيرا .

٦- لا مانع أن تطمئن الأم ابنتها على فهم كل ما يحدث دون حزن أو قلق أو خوف من المستقبل ؛ فمثلا: بعض الفتيات

اللاتي يعانين من ظهور حب الشباب يضقن ذرعا بتلك المشكلة ، في حين إنه لو احتوتها الأم وأخبرتها أنها ظاهرة عادية تعانيها أغلب الفتيات في هذا العمر وتقترح معها بعض الحلول ؛ لعلاجها مثل: وضع أقنعة مغذية وتناول الغذاء الصحي المتوازن وغير ذلك مع إخبارها أنها أيضا قد مرت بمثل هذا والأمر لم يدم طويلا فلا داعي للقلق .

مشاكل المراهقات وكيفية علاجها

فيما يلي نماذج مختلفة لمشكلات المراهقات وطرق حلها :

المشكلة الأولى : التبرج والسفور والإختلاط:

التبرج أن تُظْهِر المرأة زينتها لمن لا يحل لها أن تظهرها له ، والسفور: أن تكشف عن أجزاء من جسمها لغير محارمها ، واختلاط الفتيات بالأجانب يؤدي ما لا يحمد عقباه .

العلاج من التبرج والسفور والإختلاط: على الأسرة تدريب البنات من السابعة على الحجاب رويدا رويدا مع إلزامهن بالحجاب الشرعي عند البلوغ ، لقوله تعالى: ﴿ لاَ يُبْدِينَ زِينَتَهُنَّ إِلاَّ مَا ظَهَرَ مِنْهَا وَلْيَضْرِبْنَ بِخُمُرِهِنَّ عَلَى جُيُوبِهِنَّ ﴾[النور : ٣٠] ، وتحذير البنت من التبرج ، وتعليم البنات أن الحجاب أمر من أوامر الله تعالى وليس عادة جاهلية كم يزعم البعض ، لقول النبي ﷺ عن المتبرجات : «**خَيْرُ نِسَائِكُمُ الْوَدُودُ الْوَلُودُ الْمُوَاتِيَةُ الْمُوَاسِيَةُ، إِذَا اتَّقَيْنَ اللهَ، وَشَرُّ نِسَائِكُمُ الْمُتَبَرِّجَاتُ الْمُتَخَيِّلَاتُ وَهُنَّ الْمُنَافِقَاتُ لَا يَدْخُلُ الْجَنَّةَ مِنْهُنَّ، إِلَّا مِثْلُ الْغُرَابِ الْأَعْصَمِ**- أي: أبيض الجناحين-» (أخرجه البيهقي وحسنه الألباني) ، وعلى الأسرة تجنيب الفتاة من الاختلاط بالأجانب ، وعدم الخروج من المنزل بدون إذن الولي .

المشكلة الثانية: متابعة الموضة والأزياء:

كثير من المسلمات يتابعن آخر صيحات الموضة .

علاج متابعة الفتيات للموضة والأزياء : يجب توضيح أسباب رفض متابعة الموضة لهن ؛ لأن متابعة الموضة والأزياء فيه كثير من المخالفات الشرعية منها:

أ- التشبه بالكافرات: والنبي ﷺ يقول: «**مَنْ تَشَبَّهَ بِقَوْمٍ فَهُوَ مِنْهُمْ**» (أخرجه أبو داود وحسنه الألباني) . .

ب - الضرر الاقتصادي : فمعلوم كم تكلف هذه الموضة من أموال تنقل إلى بلاد الغرب الكافرة .

ج - كثرة التحاسد بين البنات: لأنهن يجذبهن الشكل الجميل ، فيتفاخرن ويتحاسدن ، ويكذبن ، ومن ثم قد تكلف البنت أباها ما لا يطيق بل وتصبح مجنونة بالموضة .

المشكلة الثالثة: التعري أمام المحارم من الرجال :

بعض الناس يطلقون لبناتهم في البيت العنان ، فتلبس ما فوق الركبة ، وما يظهر وسط الظهر ، وما هو ضيق يجسد العورة مثلًا وهذا حرام ، وقد يؤدي هذا إلى مالا يحمد عقباه ، وكم سمعنا عن زنا المحارم .

العلاج المقترح: نبين لهن أنه لا يجوز أن يظهرن أمام محارمهن إلا مواضع الوضوء ، بدون لبس القصير ، والضيق ، والشفاف ؛ لأن هذا من المنكرات .

المشكلة الرابعة: مشاهدة مشاهد الفسق:

وقد تساهل الآباء في السماح لفتياتهم في مشاهدة وسائل الإعلام المرئية كالقنوات الفضائية الهدامة في التلفاز ، أو المشاهد الخليعة أو الصور الفاضحة على صفحات النت سواء على الكومبيوتر أو الموبايل ، أو المجلات التي تعرض مشاهد الفسق والفجور ، وعلى الأسرة أن توضح للبنت أن هذا الحب الذي تروجه الأفلام والمسلسلات . . إنما هو حب شهوة ، وهو مرفوض ولو كان باسم الزمالة والخِطبة .

العلاج المقترح : أن نبين لهن أن إطلاق النظر للرجال عبر التلفاز وغيره ، وكذلك النظر لمشاهد الفجور ، والصور الخليعة لا يجوز ، فلقد نهى الله تعالى عنه فقال تعالى: ﴿ وَقُل لِّلْمُؤْمِنَاتِ يَغْضُضْنَ مِنْ أَبْصَارِهِنَّ وَيَحْفَظْنَ فُرُوجَهُنَّ ﴾ [النور :٣١] ، فإطلاق النظر للمحرمات من مقدمات الزنا .

المشكلة الخامسة: استعمال الموبايل فيما يغضب الله تعالى:

الموبايل اليوم من المصائب التي فتحت على الأمة نار جهنم ، فالموبايل الحديث مزود بذاكرة لتحميل أي مواد مسموعة أو مرئية ، وكاميرا لالتقاط الصور ، أو الفيديو ، وإمكانية لنقل المواد المخزنة من ذاكرة الموبايل إلى موبيل آخر بخاصية البلوتوث ، وسهلت كذلك الدخول على النت على برامج التواصل الاجتماعي أشهرها: الفيس بك ، وغيره . . كما قامت شركات المحمول بإعطاء ساعات من المكالمات مجانية ، وآلاف الرسائل المجانية ، فاستغل الفتيات والشباب ذلك في المغازلات ، وإرسال رسائل الحب والغرام ، وزاد الأمر سوءًا استخدام الشباب والشابات هذا المحمول في سماع الأغاني ، ورؤية المناظر الفاضحة ، والفيديو كليبات ، وتداول المواد العفنة بنظام البلوتوث فلا حول ولا قوة إلا بالله .

العلاج المقترح: ينبغي على الوالدين أن يربوا بناتهم على مراقبة الله تعالى الذي قال: ﴿ يَعْلَمُ خَائِنَةَ الْأَعْيُنِ وَمَا تُخْفِي الصُّدُورُ ﴾ [غافر:١٩] ، وأن يغرسا في بناتهما حب الله والخوف منه والرغبة في ثوابه ، والرهبة من عقابه مع توجيه البنات لخلق الحياء لقول النبي ﷺ: «**اسْتَحْيُوا مِنَ اللهِ حَقَّ الْحَيَاءِ**» (أخرجه الترمذي وحسنه الألباني) .

للمزيد ارجع لكتاب : كيف نربي أولادنا على الكتاب والسنة ..

[لأحمد عبد المتعال]

التعامل مع الفتيات في مرحلة المراهقة

إعداد : أحمد عبد المتعال

راجعها فضيلة الشيخ : أبو داود الدمياطي

خصم خاص للمتبرعين وفاعلي الخير

مكتبة الإيمان

المنصورة – تقاطع الهادي وعبد السلام عارف

٠١٠٠٠١٠٤١١٤-٠١٠٠٠٠٠٤٠٤٦

